



Wenn Sie sich bereits für eine **Reconnective Healing® Fernanwendung** entschieden haben, erfahren Sie hier nun weiteres:

1. Wie bereite ich mich auf die Sitzung vor?
2. Was kann während einer Sitzung geschehen?
3. Nach der Sitzung
4. Nach einigen Tagen, Wochen oder Monaten
5. Anmeldung und Kosten

#### **1. Wie bereite ich mich auf die Sitzung vor?:**

- Vor Beginn der eigentlichen Sitzung rufen Sie mich bitte an (0231 – 42 77 03 77), damit wir uns bewusst abstimmen können wann genau die Sitzung beginnt.
- Schalten Sie Geräuschquellen, die Sie stören könnten, aus oder dämpfen sie diese ab (Telefon, Haustürglocke).
- Stellen Sie sich einen Wecker, der Sie sanft nach 30 Minuten daran erinnert, dass die Sitzung beendet ist.
- Lassen Sie KEINE Musik laufen, um davon nicht beeinflusst oder abgelenkt zu werden.
- Halten Sie sich selbst und den Raum frei von starken Aromen, wie Parfüm, stark duftenden Blumen, Räucherstäbchen usw. um frei zu sein für mögliche innere Geruchserlebnisse.
- Wählen Sie für die Sitzung einen Ort, an dem Sie ca. 30 Minuten ungestört und bequem liegen können. Sie können natürlich auch sitzen, wenn es Ihnen lieber ist. Auf jeden Fall sollten Sie sich wohl fühlen.
- Halten Sie eine Decke bereit, auch wenn die Außentemperaturen warm sind. Während der Sitzung kann es möglicherweise zu einem „energetischen“ Frösteln oder Frieren kommen. Es kann aber auch warm bis heiß werden.
- Am besten liegen Sie so, dass der Körper volle Bewegungsfreiheit für mögliche unwillkürliche Reaktionen hat. Wenn Sie aber für Ihr Wohlfühl ein Kopfkissen und/oder ein stützendes Kissen unter den Knien brauchen, dann ist es völlig okay diese auch zu nutzen. Nehmen Sie eine bequeme Lage ein, in der Sie entspannt 30 Minuten liegen können, um nicht von körperlichem Unbehagen abgelenkt zu werden.
- Stellen Sie sich am besten etwas zu Trinken in die Nähe. Dann müssen Sie nach der Sitzung nicht sofort aufstehen um eventuellen Durst zu löschen. Am besten ist stilles Wasser.

- Sie müssen nichts tun um die Sitzung zu unterstützen. Jegliche Aktivität Ihrerseits, wie z.B. beten, Affirmationen, Rituale, Atemtechniken, Kristalle, ... können dazu führen, dass Sie nicht offen sind für die lichtvolle, energetische Kommunikation.
- Beobachten Sie einfach nur was geschieht, ohne bestimmte Erwartungen zu haben, was geschehen sollte oder könnte oder wie das Ergebnis aussehen sollte. Es ist ähnlich, wie das Anschauen eines interessanten Films, den Sie vorher noch nie gesehen haben.
- Versuchen Sie auch nicht Ihren Geist „leer“ zu machen. Ohne Anstrengung ergibt sich eine „Entspannung“ von allein.
- Uhr und Schmuck können Sie am Körper lassen, wenn er Sie nicht stört.

## 2. Was kann während der Sitzung geschehen?:

Die folgenden möglichen Reaktionen (körperlich oder gefühlsmäßig empfunden) zähle ich auf, damit Sie nicht überrascht oder ängstlich sind, falls etwas davon geschehen sollte. Manchmal geschieht körperlich auch nichts Besonderes. Es wird immer das geschehen, was zum jeweiligen Zeitpunkt für eine Person angemessen und zu verkraften ist. Weil Menschen so unterschiedlich sind, kann die folgende Auflistung natürlich nicht als vollständig betrachtet werden:

- Flattern der Augenlider
- Zucken oder Bewegen von Körperteilen (Finger, Arme, Zehen, Beine, ganzer Körper)
- Der Kopf, Nacken bewegt sich wie von allein hin und her
- Manche Menschen spüren unwillkürliche Bewegungen auch nicht, obwohl sie stattfinden. Vielleicht liegt das an der tiefen Entspannung.
- Druck am Kopf, der Stirn, dem Scheitel, oder auch an anderen Körperteilen
- Ein Gefühl, als würde am Körper oder an Teilen des Körpers gezogen
- Gefühl, als würde etwas aus dem Körper herausgezogen
- Ein Gefühl neu ausgerichtet zu werden
- Empfindungen von Hitze, Wärme, Kälte, Prickeln, Kribbeln, Wind, ...
- „Blitze im Kopf“ in Verbindung mit Emotionen
- Tränen- und/oder Speichelfluss verstärkt
- Hunger, Durst
- Gluckern im Bauch
- Gefühl, unsichtbare Hände arbeiten am Körper
- Gefühl von Berührungen
- Gefühl angepustet zu werden
- Veränderte Atmung, manchmal Aussetzen der Atmung oder tiefes unwillkürliches Einatmen / befreiendes Seufzen
- Gedanken kommen nach und nach von selbst zur Ruhe
- Durchlaufen verschiedener Stadien von Entspannung
- Wahrnehmungen von Licht, Farben, Schwärze
- Wahrnehmungen von Landschaften oder Orten wie im Traum
- Wahrnehmungen symbolischer Botschaften, geometrischer oder mandalaähnlicher Formen
- Wahrnehmungen von Düften, Tönen, Stimmen, Worten,...
- Schweregefühl oder Gefühl zu schweben
- Auflösung oder Veränderung der Körperwahrnehmung
- Gefühl von fließender, strömender, vibrierender Energie im Körper
- Angenehme Schauer laufen durch den Körper
- Gefühl von Einheit, Geborgenheit und tiefem Frieden
- Gefühl von Freiheit
- Spüren der Gegenwart liebender Wesenheiten, Engel, ...
- Gefühl weit weg zu sein (im Universum, in anderen Dimensionen oder Zeitaltern)
- Angenehmes wattiges Gefühl um Körperteile herum

### 3. Nach der Sitzung:

Wenn Sie das Gefühl haben, dass Sie während der Sitzung, noch vor Ablauf der 30 Minuten, aufstehen möchten, dann müssen Sie sich bitte nicht zwingen liegen zu bleiben. Die Sitzung kann „im Hintergrund“ weiterlaufen, nur bekommen Sie dann innere Wahrnehmungen und Körperreaktionen nicht mehr deutlich mit.

Kommen Sie nach der Sitzung, wenn Ihr Wecker Sie sanft daran erinnert hat, dass die Sitzung vorbei ist, langsam wieder im Hier und Jetzt an. Vielleicht rufen Sie sich Ihre Wahrnehmungen noch einmal ins Gedächtnis zurück. Vielleicht haben Sie auch erst einmal Durst oder Hunger. Trinken Sie dann etwas Bereitgestelltes oder essen Sie auch einen Happen.

Wenn Sie dann aufgestanden sind, rufen Sie mich bitte direkt an, damit wir über Ihre Wahrnehmungen, die Sie während der Sitzung hatten, sprechen können.

### 4. Nach einigen Tagen, Wochen oder Monaten:

In den nächsten Tagen, Wochen und Monaten können nun verschiedenste Veränderungen in Ihrem Leben geschehen, die mehr oder weniger offensichtlich sind. Solche Veränderungen können den Körper, die Wahrnehmung, innere Einstellungen, Beziehungen, die Arbeitsstelle etc. betreffen.

Es ist sinnvoll nach einem Reconnective Healing® keine energetische Ritualarbeit oder andere energetische Sitzungen zu machen, die die Wirkung von Reconnective Healing® verwässern würden. Idealerweise lässt man der lichtvollen Intelligenz auch nach der Sitzung die Möglichkeit ohne weitere Beeinflussung zu wirken. Damit geben Sie der Sitzung die Chance ihr volles Potenzial zu entfalten!

Ob und wann eine weitere Sitzung für Sie in Frage kommt, entscheiden Sie selbst nach Gefühl. Sie werden spüren, ob die erste Sitzung nur der Beginn von drei Sitzungen war, oder ob die eine Sitzung bereits ausreicht. Mehr als drei Sitzungen nacheinander sind nur dann sinnvoll, wenn Sie deutlich nachweisbare Verbesserungen erfahren haben, nach der dritten Sitzung aber das Gefühl innerlich mitteilt, dass der Prozess noch nicht abgeschlossen ist.

### 5. Anmeldung und Honorar:

Teilen Sie mir Ihren Wunsch nach einer Fernanwendung über das Kontaktformular auf meiner Webseite oder telefonisch mit. Ich benötige (für die Rechnungserstellung) Ihren Namen, die Adresse und E-Mail-Adresse. Meine Webseite, Adresse und Telefonnummer finden Sie unten. Für eine Sitzung berechne ich Ihnen **75 €**. Sie können mir das Honorar in einem Briefumschlag per Post zukommen lassen **ODER** ich schicke Ihnen nach der Sitzung Ihre Rechnung (mit meinen Kontodaten) per E-Mail zu, wenn Sie lieber überweisen möchten.

Wenn Sie direkt zwei oder drei Sitzungen ausmachen möchten, dann senden oder überweisen Sie bitte den entsprechenden Betrag oder senden ihn mir zu (Falls Sie dann doch nur eine Sitzung benötigen, habe ich dies notiert und Sie können die jeweiligen Sitzungen dann nehmen, wenn Sie in einer neuen Situation sind, in der Sie sich Unterstützung wünschen). Oftmals geschieht aber auch gerade in oder nach der dritten Anwendung etwas Besonderes.

#### Haftungsausschluss:

Reconnective Healing® Praktizierende geben keine Erklärungen, Versprechen oder Garantien ab. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Behandlungen spezieller Gesundheitsprobleme durchgeführt. Jeder Klient ist ausschließlich selbst für seinen Gesundheitszustand und seine medizinische Versorgung verantwortlich.

#### Datenschutzhinweis:

Persönliche Daten verwende ich nur zur Abwicklung der jeweiligen Sitzung (eMail-Kommunikation / Telefonate). Sie werden nicht an Dritte weitergegeben.